

Name: _____

Klasse: _____

Datum: _____

ARBEITSBLATT ÜBER DEN SCHLAF

1. Was ist Schlaf?

2. Warum müssen wir schlafen?

3. Was passiert während des Schlafes in unserem Körper?

4. Was sind Träume und warum träumen wir?

5. Was bedeutet es, Schlafstörungen zu haben?

6. Wie viel Schlaf braucht ein Mensch durchschnittlich?

7. Was ist ein Powernap und kann er helfen, sich ausgeruht zu fühlen?

Aufgaben

1. Beantworte die Fragen über den Schlaf mithilfe des Internets!
2. Vergleiche deine Antworten mit denen einer Mitschülerin oder eines Mitschülers!
3. Tauscht euch in eurer Klasse über eure Lösungen offen aus und ergänzt wichtige Infos!
4. Stellt weitere interessante Fragen zum Thema und versucht sie zu beantworten!